AE1

.

La ley de Murphy / Cool

.

Here's what's cool:

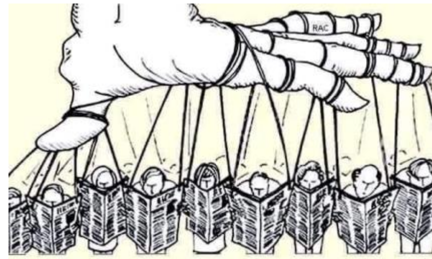
1. Saying "thank you."
2. Apologizing when you're wrong.
3. Showing up on time.
4. Being nice to strangers.
5. Listening without interrupting.
6. Admitting you were wrong.
7. Following your dreams.
8. Being a mentor.
9. Learning and using people's names.
10. Holding doors open for others.

–



Felipe (QUINO)

*



-

la ley de Murphy



-

Leyes de Murphy

Si algo puede fallar, fallará.
Si hay la posibilidad de que algunas cosas fallen, la que causara más daño será la primera.
Si algo no puede fallar, lo hará a pesar de todo.
Si se aprecia que existen cuatro posibles maneras de que algo pueda fallar, y se soslayan, en seguida se desarrollar una quinta para la que no se está preparado.
Por sí mismas, las cosas tienden a ir de mal en peor.
Si algo parece que va bien, es obvio que se ha pasado algo por alto.
La Naturaleza está del lado del fallo oculto.
La Naturaleza es perra.

(ref/.*campus.usal.es.Universidad de Salamanca*)

—

EF-16.01.2024
la ley de Murphy

Atención Educativa

AE1 / AE2

10.01.2024



¿Cuál es la diferencia entre un argumento y una opinión?
OPINIONES: son consideraciones, juicios o impresiones personales o subjetivas, de lo que alguien expresa sobre un hecho.

ARGUMENTOS: son razonamientos que sirven para convencer o persuadir a favor o en contra de una idea o punto de vista, están basados en hechos probados.

.



DIFERENCIAS ENTRE

ARGUMENTO	OPINIÓN
• Se basa en la lógica y la evidencia para respaldar una afirmación o una conclusión.	• Se basa en la perspectiva, creencias o sentimientos personales de alguien.
• Los argumentos tienden a ser más objetivos y se pueden evaluar en términos de su validez y solidez.	• Las opiniones son subjetivas y pueden variar de persona a persona.
• Se presenta con la intención de persuadir o convencer a alguien utilizando hechos, datos y razonamiento.	• Las personas dan sus opiniones para compartir sus pensamientos, ideas o creencias con otros, permitiendo así que los demás comprendan su punto de vista.



–

COMENTARIO.

opinión: escriba su opinión sobre la lectura *El Principito* de Antoine de Saint Exupéry.



_ *No me gustó nada*
_ *Fue un rollo*
_ *Me pareció divertida*
_ *Estuvo bien*

argumento: dé razones para ver la película *'Rebelión en las aulas'* de James Clavell.



_*La historia del profesor Mark Thackeray en un instituto de los suburbios londinenses ayuda a comprender la vocación de quienes se dedican a la enseñanza*
_*Los diálogos de los personajes son creíbles. De hecho, el lenguaje de los estudiantes refleja acertadamente el desinterés por los libros y la cultura*
_*El actor Sidney Poitier cambia a lo largo de la historia*

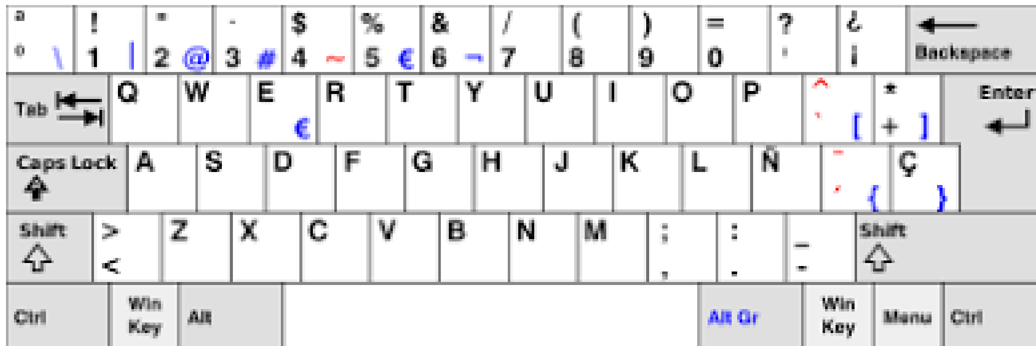
*

E. F.-10.01.2024
AE1 / AE2

Atención Educativa 1/2
AE1/2
13.12.2023
*

mecanografía / test / fábula de Esopo

—



teclado QWERTY

–



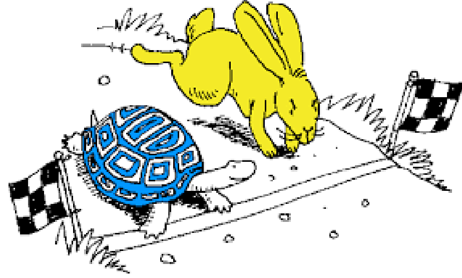
*

typingtest.com

—

La liebre y la tortuga

fábula



Esopo, fabulista griego (Mesembria, m. 564 a.C)
reescrita por **Félix María de Samaniego** (Laguardia, Álava: 1745-1801)
-

En el mundo de los animales vivía una liebre muy orgullosa y vanidosa, que no cesaba de pregonar que ella era el animal más veloz del bosque, y que se pasaba el día burlándose de la lentitud de la tortuga.

- ¡Eh, tortuga, no corras tanto! Decía la liebre riéndose de la tortuga.

Un día, a la tortuga se le ocurrió hacerle una inusual apuesta a la liebre:

- Liebre, ¿echamos una carrera? Estoy segura de poder ganarte.

- ¿A mí? Preguntó asombrada la liebre.

- Sí, sí, a ti, dijo la tortuga. Pongamos nuestras apuestas y veamos quién gana la carrera.

La liebre, muy engreída, aceptó la apuesta prontamente.

Así que todos los animales se reunieron para presenciar la carrera. El búho ha sido el responsable de señalizar los puntos de partida y de llegada. Y así empezó la carrera:

Astuta y muy confiada en sí misma, la liebre salió corriendo, y la tortuga se quedó atrás, tosiendo y envuelta en una nube de polvo. Cuando empezó a andar, la liebre ya se había perdido de vista. Sin importarle la ventaja que tenía la liebre sobre ella, la tortuga seguía su ritmo, sin parar.

La liebre, mientras tanto, confiando en que la tortuga tardaría mucho en alcanzarla, se detuvo a la mitad del camino ante un frondoso y verde árbol, y se puso a descansar antes de terminar la carrera. Allí se quedó dormida, mientras la tortuga seguía caminando, paso tras paso, lentamente, pero sin detenerse.

No se sabe cuánto tiempo la liebre se quedó dormida, pero cuando ella se despertó, vio con pavor que la tortuga se encontraba a tan solo tres pasos de la meta. En un sobresalto, salió corriendo con todas sus fuerzas, pero ya era muy tarde: ¡la tortuga había alcanzado la meta y ganado la carrera!

Ese día la liebre aprendió, en medio de una gran humillación, que no hay que burlarse jamás de los demás. También aprendió que el exceso de confianza y de vanidad, es un obstáculo para alcanzar nuestros objetivos. Y que nadie, absolutamente nadie, es mejor que nadie.

—

clave
teclado a dos dedos (liebre)
teclado a diez dedos (tortuga)

***

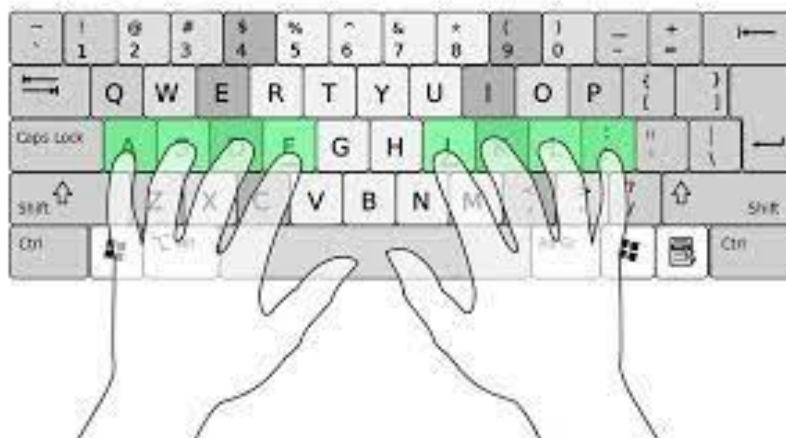
Habits to help you prosper

Network.
Dream big.
Plan ahead.
Get up early.
Stay focused.
Watch less TV.
Invest in yourself.
Read more books.
Avoid time wasters.
Take calculated risks.
Write down your goals.
Live on less than you make.
Make your health a priority.
Do work that matters to you.
Learn from people you admire.
Foster meaningful relationships.
Cultivate an attitude of gratitude.
Take action, even when it's scary.
Have a powerful and inspiring "why."

By Ruben Chavez / @ThinkGrowProsper

–

posición de las manos sobre el **teclado QWERTY**



E.F.-13.12.2023, mié.
AE1/AE2

AE1/AE2
qwerty.
fábula de Esopo.
escribir a máquina

Reglas de cortesía y buenos modales en el colegio para llevarse bien con los profesores y los compañeros

Redacción Protocolo y Etiqueta



En una institución educativa como un colegio -aunque también en cualquier otra parte- se espera que los estudiantes tengan un buen comportamiento con los demás. Sin embargo, por desgracia, cada día vemos más episodios poco gratificantes que ocurren en los colegios. Los buenos modales, el respeto y la cordialidad deben ser reglas importantes a tener en cuenta para una buena convivencia entre profesores y alumnos.

Las relaciones escolares cada vez son más complicadas, tanto con los alumnos como con los profesores. La 'libertad' mal entendida puede generar muchos conflictos que deben resolverse antes de que pasen a mayores

<u>5 reglas de etiqueta y comportamiento para tener buenas relaciones con los profesores y los compañeros</u>

1. Evitar faltar al respeto a los demás.

Tanto a los profesores como a los compañeros se les debe demostrar respeto. Cuidado con tratar de forma despectiva o desconsiderada a los profesores o a los compañeros. Además de ser gestos de una mala educación, las faltas de respeto pueden ser motivo de sanciones importantes.

2. No abandonar la clase sin permiso o molestar en clase.

No se puede abandonar la clase sin permiso ni se debe estar incordiando continuamente en una clase. Tampoco se puede faltar a clase sin permiso o sin justificación. Este tipo de ausencias y malos comportamientos en la clase denotan una falta de interés por su educación y su preparación tan relevantes para la formación de cualquier persona.

3. No hacer preguntas inapropiadas o plantear desafíos.

No es correcto hacer preguntas inapropiadas a un profesor o desafiarle. Sobre todo cuando se plantean cuestiones que nada tienen que ver con los temas escolares -por ejemplo, preguntas personales de su vida privada-. Tampoco a un compañero del colegio se le deben hacer preguntas demasiado personales, al menos delante de otras personas.

4. Evitar las agresiones verbales y físicas.

La agresividad, tanto verbal como física, está fuera de todo lugar. Si tenemos un mal día, por la razón que sea, no se puede 'descargar' esa ira, rabia, enfado, etcétera sobre terceras personas. Una buena convivencia se logra manteniendo la cordialidad y la calma.

5. Evitar incumplir las normas generales del colegio.

Todos o casi todos los colegios tienen sus reglamentos. En ellos se suelen recoger todo tipo de normas referentes a cosas tales como el vestuario, los horarios, las actividades, el uso de los espacios públicos, etcétera. El incumplimiento de cualquiera de estas normas empeora la convivencia y puede ser motivo tanto de reproche como de sanción.



APRENDER A PERDER

Francesc Miralles



Carlos miraba desde la grada los últimos minutos del partido de su hija. A sus dieciséis años, acababa de fichar por un equipo juvenil de fútbol que aquella tarde estaba ganando por uno a cero.

Cuando el árbitro pitó el final del partido, las jugadoras fueron a abrazar a sus rivales
Orgulloso con el debut de su hija, aunque el único gol lo hubiera marcado el equipo contrario en propia puerta, Carlos la esperó frente a los vestuarios para volver con ella a casa. Sin embargo, al salir, ya duchada y cambiada, le dijo:

—Llegaré a casa en una hora, papá. Tenemos una merienda con el equipo.

—Claro, supongo que quieres celebrar la victoria con tus compañeras.

—Voy con ellas, sí, pero también con las rivales. De hecho, las invitamos a merendar.

—¿Cómo es eso? –preguntó sorprendido.

—Es una regla de Joan, nuestro entrenador. Los que ganan invitan a merendar a los que pierden.

—Entiendo... Se trata de consolarlos en la derrota. Una voz cascada sorprendió a Carlos, que al girarse descubrió a un anciano en chándal.

—Al contrario, de lo que se trata es de aprender de los que pierden, por eso mis chicas pagarán la merienda. Por cierto, ¿tiene usted prisa? Acostumbro a subir ese monte después de los partidos en nuestro campo, y me gusta ir acompañado.

Carlos resopló, agobiado, a la vez que valoraba la pequeña montaña justo al lado del estadio. No tendría más de doscientos metros de altura, así que se podía subir y bajar en una hora. Para no ser descortés, aceptó la invitación y los dos se encaminaron en silencio por el sendero.

Cuando ya habían cubierto la mayor parte de la cuesta, Joan explicó:

—Una vez al mes pido a las chicas que suban y bajen esta montaña. Es parte de su formación vital.

—Igual que invitar a las perdedoras, ¿no? –dijo Carlos, que no entendía qué sentido tenía subir y bajar un monte, más allá del ejercicio físico.

—De hecho se trata de lo mismo. La montaña es una metáfora de la vida y nos enseña a ganar y a perder. Durante la primera mitad de la vida, subimos la montaña y vamos ganando cosas por el camino. Acumulamos conocimientos, posesiones, éxitos... Somos jóvenes y enérgicos, y cuando llegamos a la cima miramos el mundo desde arriba y gritamos: "¡He llegado aquí arriba! ¡He conseguido esto y lo otro!".

Aquel grito coincidió, efectivamente, con su llegada a lo más alto del monte, desde donde se apreciaba el estadio a vista de pájaro. En aquel momento, el jardinero regaba el campo.

La voz del anciano sacó a Carlos de aquella calma tras el esfuerzo con una pregunta indiscreta:

—¿Qué edad tiene usted?

—Cincuenta y cuatro. Tuve a mi hija de mayor.

—Eso es fantástico... Entonces ya ha empezado a bajar la montaña, como haremos nosotros ahora –dijo invitándole a iniciar el descenso–. ¿Está preparado para perder?

—¿A qué se refiere exactamente? –preguntó Carlos, algo irritado.

—A no ser que vaya a vivir ciento veinte años, probablemente usted ya ha llegado a la cima y ha mostrado al mundo sus logros. ¿Está satisfecho?

—Supongo que sí –dijo mientras bajaban por un camino distinto–. He conseguido trabajar en lo que me gusta y en mi sector soy respetado. Tengo mi casa pagada y mi hija ya vuela sola. En un par de años irá a la universidad y le veré poco el pelo, porque quiere estudiar fuera.
Asegurando cada paso, el anciano respondió:

—En esta fase tendrá que aprender usted a perder, y no solo a su hija.

—¿Se ha propuesto deprimirme, Joan?

—¡No! Solo que disfrute de cada etapa. ¿O es que la subida a una montaña es más bella que la bajada

Carlos no contestó.

—Cuando descendemos la montaña de la vida –siguió el entrenador–, no solo vemos partir a nuestros padres mientras nuestros hijos empiezan a emanciparse. Por el camino vamos dejando amistades, gente con la que teníamos mucho en común y que ha elegido otras rutas...

—Pero duele despedirse de aquello que amamos.

—Por supuesto que duele, pero el dolor prueba que estamos vivos y en constante evolución. En la bajada de la montaña despedimos a personas, nuestro cuerpo no funciona como antes... aunque ganamos otras cosas a cambio.

—¿Qué cosas?

—Mayor comprensión de la vida. En la subida acumulamos cosas y en la bajada vamos soltando peso para andar más ligeros. Si hemos aprendido las lecciones del camino, cada vez necesitaremos menos y disfrutaremos de cada instante.

Al despedirse, el entrenador puso la mano en el hombro de Carlos y le dijo:

Es cierto que nadie nos enseña a perder en la vida... pero para nuestra felicidad es tan importante como saber ganar.

*

Un niño vive completamente solo en su casa durante dos años después de que lo abandonara su madre

Redacción El Debate / 7.03.2024

El menor siguió acudiendo a la escuela, donde sacaba buenas notas, y se vestía y aseaba correctamente, por lo que sus profesores no sospecharon su situación



Estupor en Francia por el caso de un **niño de nueve años** en la *localidad de Nersac* –una pequeña comunidad del municipio de Angulema, entre Burdeos y La Rochelle– que vivió solo en su casa durante dos años después de que su madre lo abandonase. El menor, sin embargo, siguió haciendo una vida aparentemente normal: acudía a la escuela, obtenía buenos resultados académicos, se vestía y aseaba correctamente y se alimentaba de lo que podía. Según señala el diario *Le Figaro*, el menor vivió completamente solo entre los años 2020 y 2022, hasta que el caso fue denunciado por un vecino.

La madre ha sido ahora condenada por un tribunal de Angulema a 18 meses de prisión, seis meses de vigilancia electrónica y a no tener ningún contacto con el niño, que ahora tiene 11 años y vive con una familia de acogida. Según el diario francés, el menor se alimentaba de dulces y latas de conservas, así como de fruta y tomates que robaba a los vecinos y a las tiendas del barrio.

Señala *Le Figaro* que el menor sobrevivió esos años sin electricidad ni calefacción, dormía con varios edredones y se duchaba en agua fría. En ocasiones los vecinos le daban comida, aunque durante el tiempo en que duró el abandono ninguno se atrevió a dar el paso de denunciar, hasta que uno de ellos lo hizo de forma anónima.

Según los responsables de la escuela adonde acudía, ningún profesor sospechó de la situación de abandono del menor, ya que acudía puntualmente a la escuela, sacaba buenas notas, tenía una actitud buena y siempre se presentaba correctamente vestido y aseado. Él tampoco informó nunca de su situación, por lo que los profesores se defendieron diciendo que no existía ninguna de las habituales señales de alarma que indican que el menor atraviesa por una situación de maltrato o abandono.

Tras la denuncia, los gendarmes franceses descubrieron la realidad. La **madre,** de 39 años, se había marchado a vivir con su novio a Sireuil, a cinco kilómetros de la casa donde había dejado a su hijo. Acudía de forma ocasional a dejarle algo de comer, pero nunca volvió a dormir en la casa. Los gendarmes encontraron la nevera vacía y ningún enser personal ni ropa de adultos, lo que refuerza la versión de que el menor vivía completamente solo.

NOMOFOBIA

Nomofobia: el miedo irracional a no tener el móvil



El uso del teléfono móvil ha ido creciendo de manera exponencial en los últimos años, sobre todo tras la eclosión de los dispositivos inteligentes. Los *smartphones* ahora son nuestros compañeros de vida en el ámbito laboral, social, lúdico e incluso familiar. Sin embargo, un uso excesivo puede generar problemas de dependencia, adicción y miedo.

La **nomofobia**, o *miedo a estar sin móvil*, puede generar ansiedad, depresión y aislamiento, además de problemas físicos como dolor de cabeza. Si nos paramos a pensar qué es lo que más miramos a lo largo del día probablemente la respuesta no sería a nuestra familia o amigos, tampoco la televisión o los libros. La opción más factible sería el móvil.

Ese pequeño aparato que forma gran parte de nuestra vida con los emails del trabajo, los mensajes instantáneos, las redes sociales o los vídeos bajo demanda. En casos extremos, puede generar la conocida como "*nomofobia*", un trastorno que los expertos han calificado como la enfermedad del siglo XXI.

QUÉ ES LA NOMOFOBIA

La nomofobia representa el miedo irracional a estar sin teléfono móvil. El término fue acuñado en 2009 en Reino Unido y proviene del anglicismo "*nomophobia*" ("*no-mobile-phone-phobia*").

La dependencia al dispositivo electrónico provoca una infundada sensación de incomunicación en el usuario que no dispone del aparato, ya sea porque se lo haya dejado en casa, se haya agotado su batería o esté fuera de cobertura. En esta línea, un estudio de *YouGov Real Time* señalaba en 2019 que el 44 % de los británicos encuestados sufrían ansiedad si no podían disponer de su móvil para "*seguir en contacto*" con su círculo.

Aunque por ahora la **OMS** no ha catalogado la nomofobia como una patología mental, los expertos alertan de la creciente dependencia hacia este pequeño dispositivo electrónico desde la aparición de los smartphones. El crecimiento de estos móviles inteligentes ha sido exponencial.

Statista cifra en 6,37 billones el número actual de usuarios de *smartphones* en el mundo, lo que significa que el 80,7 % de la población global tiene uno de estos dispositivos, frente a los 3,67 billones que había en 2016, solo el 49,4% de la población mundial. Los expertos coinciden en que este aumento, unido a las facilidades de conexión a Internet, ha sido el germen del desarrollo de esta dependencia tecnológica. Las consecuencias psicológicas más comunes de la nomofobia son la ansiedad, la depresión o el aislamiento –se piensa que los móviles nos mantienen en contacto con los demás, pero el problema aparece cuando las relaciones online sustituyen a las que se desarrollan cara a cara. También existen consecuencias físicas como dolores de cabeza o de estómago, molestias en la vista por una elevada exposición a la pantalla o dolores de muñeca y cuello por una posición inadecuada.

Los investigadores han desarrollado un test de nomofobia para determinar los síntomas que genera este desorden. El cuestionario pide a los encuestados que califiquen en qué medida están de acuerdo o en desacuerdo con afirmaciones como:

“Me sentiría incómodo sin el acceso constante a la información a través de mi móvil".
"Quedarme sin batería me asustaría".
"Me sentiría ansioso porque no podría mantenerme en contacto con mi familia y / o amigos".

¿Eres adicto al móvil?

CAUSAS Y PERFIL DE LAS PERSONAS NOMOFÓBICAS

Entre las causas más reconocidas de la adicción al móvil se encuentran la baja autoestima y los problemas a la hora de mantener relaciones sociales. De hecho, la inseguridad personal es el factor más común que provoca la nomofobia, ya que muchos jóvenes desencadenan una dependencia absoluta hacia los demás y encuentran en el móvil una manera de estar presentes en su círculo social.

El perfeccionismo es otra de las razones por las que aparece este trastorno, ya que las personas que lo padecen sienten la necesidad de actuar sin cometer ni un solo fallo. Por ejemplo, si este tipo de usuarios reciben una llamada y no tienen el móvil a mano, sienten que están decepcionando y el miedo se apodera de ellos.

Cualquier persona puede sufrir nomofobia. Sin embargo, este trastorno suele afectar sobre todo a los adolescentes, siendo el grupo de entre 14 y 16 años el de mayor prevalencia.

Las generaciones más jóvenes tienen mayor riesgo de caer en la nomofobia por dos motivos: sienten una gran necesidad de ser aceptados por los demás y están más familiarizados con las nuevas tecnologías que las personas mayores.

Adam Alter, psicólogo de la Universidad de Nueva York, ha investigado profusamente el impacto de la nomofobia en los adolescentes. El autor de Irresistible: *The Rise of Addictive Technology and the Business of Keeping Us Hooked* realizó en 2017 un estudio en el que preguntó a una muestra de estos jóvenes si preferían ver su móvil caer y partirse en millones de piezas o romperse un hueso de su mano. El autor descubrió que las participantes de mayor edad priorizaban su salud frente a una comodidad reemplazable. En cambio, alrededor del 40 % o el 50 % de los adolescentes preferían romperse sus huesos a tener el móvil roto. Además, el experto observó que estos jóvenes hacían preguntas como qué mano sería la afectada por la lesión o si podrían seguir usando el móvil y haciendo *scroll* con el hueso roto.

PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO DE LA NOMOFOBIA

Como en todas las adicciones, la prevención es la clave. Existen algunas acciones sencillas para evitar que un uso excesivo de los teléfonos móviles acabe generando una dependencia extrema o un trastorno mayor.

Entre las más efectivas se encuentran las siguientes:

Desinstalar algunas aplicaciones que consideremos que nos hacen perder el tiempo como juegos.

No utilizarlo en las comidas.

Silenciar las notificaciones.

Establecer horas determinadas para consultarlo y disminuye el tiempo de uso.

Nunca mirarlo si estamos charlando, comiendo, compartiendo ocio con otras personas.

No usarlo como despertador, ya que puede interferir en nuestro ciclo de sueño.

Cargarlo fuera del dormitorio.

Hacer pequeñas salidas a la calle sin teléfono.

Es fundamental que aceptemos que no podemos disponer del móvil a cada momento y que creemos un compromiso propio de uso saludable de las tecnologías. En los casos más extremos deberemos acudir a un especialista. El tratamiento dependerá del nivel de autocontrol de cada persona. Si este aún existe, se procederá a la eliminación progresiva de la dependencia del móvil. Si ya no es posible gestionar la ansiedad, el tratamiento será de choque y supervisado por un especialista en salud mental que ayude a afrontar las sensaciones negativas mientras se consigue el desenganche.

ref.iberdrola.co

Grooming / Child grooming, ciberacoso sexual a menores



Qué es En ocasiones, los adultos se hacen pasar por menores en Internet o intentan establecer un contacto con niños y adolescentes que dé pie a una relación de confianza, pasando después al control emocional y, finalmente al chantaje con fines sexuales. A esta práctica se la conoce como grooming, y tiene diversos objetivos:

Producción de imágenes y vídeos con connotación o actividad sexual, destinados al consumo propio de pederastas o a redes de abuso sexual a menores.

Encuentros en persona con el menor y abuso sexual físico.

Explotación sexual y prostitución infantil.

En situación Ya hacía tiempo que quedaban casi todas las tardes para chatear. Lidia había conocido a Hugo a través de Instagram y empezaron a hablar. Eran muy parecidos, los dos tenían 14 años, les gustaban los mismos libros, las mismas series y pelis. Fue fácil entablar amistad.

Se gustaban y eso llevó a conversaciones más subidas de tono... Un día, él le pidió entre bromas que se levantara la camiseta delante de la webcam. A Lidia le daba vergüenza, pero al final lo hizo. Fueron unos segundos, se puso roja como un tomate y no podía con la risa, pero nunca imaginó los problemas que eso le traería.

A la semana siguiente él volvió a sugerir que lo hiciera otra vez, pero ella se negó entre risas. Hugo contestó al segundo, y Lidia no se esperaba algo así:

— Pues o lo haces, o envío el vídeo del otro día a todo el mundo.

Ella se echó a reír, pero a los pocos segundos paró. Hugo le acababa de enviar el vídeo en el que ella se levantaba la camiseta. No era una broma, le estaba chantajeando: o se desnudaba o lo publicaría y lo vería todo el mundo.

¿Cómo ocurre? Habitualmente el contacto entre ambas partes comienza a través de algún servicio de Internet, preferentemente redes sociales, plataformas de juego o comunidades online. Son servicios muy utilizados por los menores y todos ellos tienen funcionalidades de chat para conversar.

El atacante suele utilizar el engaño para facilitar ese primer contacto, creando perfiles falsos con edades y gustos similares a los del menor, de manera que le resulte atractivo e interesante, para que acepte su solicitud de amistad. Puede llegar a proponerle seguir conversando en privado por mensajería instantánea o videollamada, como por ejemplo WhatsApp o Skype.

Una vez iniciada esa relación de amistad, ganarán confianza. El objetivo es hacer que el menor se sienta cómodo y comprendido, incluso puede que le engatuse con algún regalo, físico o virtual (un móvil nuevo, dinero, saldo para hablar por teléfono o créditos para su videojuego favorito), o con la promesa de una relación perfecta.

De este modo, poco a poco podrán intimar, subir el tono de las conversaciones y conseguir que el menor baje la guardia, para que le confíe una imagen o vídeo comprometido, o algún secreto privado. Esto se utilizará como arma de chantaje: una vez que tiene en su poder material para manipular al menor, le exigirá más imágenes y vídeos, o incluso llegar a un encuentro en persona. Si no cumple con sus deseos, le amenazará con hacer públicos todos esos contenidos comprometidos.

¿Cuáles son las consecuencias? Las consecuencias pueden ser de diferente gravedad dependiendo del alcance del delito, aunque en cualquier caso, el riesgo de daños para el menor es alto:

Abuso y agresión sexual. La petición de imágenes o vídeos de carácter sexual es en sí mismo un abuso. Aunque a veces es el menor el que envía este contenido de forma “voluntaria”, manipulado en cualquier caso por parte del agresor, en otras ocasiones la víctima es chantajeada para que facilite los materiales comprometidos. En último término, el agresor podría llevar a cabo agresiones sexuales físicas comprometiendo la seguridad física y emocional del menor.

Ansiedad y depresión. Entre las consecuencias psicológicas más habituales aparecen la ansiedad y la depresión, presentándose secuelas muy diversas en función del abuso, su duración, el apoyo recibido y otras variables.

Problemas derivados en el rendimiento académico, sociabilidad y afectividad. Enfrentarse a una situación de grooming afecta seriamente a todos los ámbitos de la vida del menor, desde daños a su autoestima y la confianza en sí mismo, hasta la disminución de la concentración y la atención en clase, o la pérdida de amistades. También puede aparecer desinterés por sus actividades de ocio favoritas o dificultades a la hora de relacionarse con otras personas, entre otros.

En una situación de grooming, las víctimas tienden a ocultar las consecuencias por sentimientos de vergüenza o culpabilidad. Pueden incluso pensar que la relación que mantienen con el agresor es real, y no ser conscientes de que están siendo o han sido víctimas de un abuso.

Prevención Establecer unos hábitos de navegación seguros. Acordar unas normas de uso de Internet en casa favorecerá su responsabilidad y su seguridad al conectarse. Debemos establecer unos horarios de uso y cuál será el lugar para usar esos dispositivos, procurando que sean espacios comunes.

Extremar la precaución al conversar online. Para los menores, un desconocido puede dejar de serlo si ya han hablado un par de veces por Internet. Puede incluso que el atacante sea una persona que sí conocen en persona. Por ello, en cualquier conversación online debemos ser cautos a la hora de compartir nuestra información personal y mantenernos alerta: no todo es lo que parece.

Evitar prácticas de riesgo. En Internet es bastante fácil que alguien se haga pasar por quien no es. Por ello, es recomendable evitar prácticas como el sexting, así como no contactar o quedar con personas a las que no conocemos en persona. Siempre que alguien proponga un encuentro, comunicárselo a un adulto de confianza.

Ser conscientes del uso que hacen de la cámara del móvil o WebCam. Es necesario plantearnos si son suficientemente maduros para tener su propio móvil o dispositivo, con la responsabilidad que eso conlleva. Enviar fotos o realizar videollamadas es un riesgo sobre el que no siempre reflexionan, pueden producir un contenido comprometedor o íntimo sin que ellos sean conscientes de ello. Mientras no se estén usando, las cámaras deben estar tapadas, y sólo utilizarse de forma meditada y con precaución.

Comunicación y sensibilización. Hablar con naturalidad del amor y la sexualidad les ayudará a diferenciar las relaciones saludables de las que no lo son. Deben conocer con claridad cómo ocurre una situación de grooming y sus consecuencias para saber cómo protegerse. Además, una buena comunicación nos permitirá conocer sus hábitos en Internet y sus amistades online. Frente a un problema, podrán acudir a nosotros o a un adulto de referencia con el que se sientan cómodos.

Acompañamiento y supervisión. El acceso de los menores a Internet debe ser progresivo y contar con el respaldo de un adulto, para que aprendan poco a poco cómo utilizar las nuevas tecnologías de forma segura y responsable. Para los más pequeños, podemos además instalar sistemas de control parental en los dispositivos, para limitar su uso y supervisar su actividad.

Cómo reaccionar en caso de problemas

Red de apoyo. Deben saber que pueden acudir a los adultos de su confianza en busca de ayuda, ya que se trata de un problema de gravedad. Es el momento de transmitir al menor una actitud de seguridad y madurez para que se sienta protegido.

Ser prudentes y mantener la calma. Si el menor ha decidido dar el paso de contarnos lo que está sucediendo, debemos valorar el esfuerzo que eso supone y no dudar o cuestionar sus palabras. No culpabilizar a la víctima y reafirmar nuestro apoyo incondicional.

Recoger información. No debemos dejarnos llevar por la situación o actuar irreflexivamente. Contactar con el acosador o borrar información (contenidos enviados, conversaciones, perfiles en redes sociales, etc.) puede dificultar la resolución del problema o incluso agravarlo.

Nunca aceptar un chantaje. Si nos encontramos ante un agresor que tiene (o dice tener) alguna información sensible en su poder, nunca debemos ceder a la manipulación, ya que empeorará la situación.

Denuncia. Ante una situación de grooming es imprescindible contactar con las Fuerzas y Cuerpos de seguridad. Es un delito complejo y ellos sabrán indicarnos los pasos que debemos seguir. Además, puede haber otros menores afectados por un mismo acosador: con nuestra denuncia nos implicaremos en su detención.

Ayuda psicológica. Las consecuencias pueden ser difíciles de afrontar, tanto para el menor como para su familia. El centro de salud y su centro educativo pueden ofrecer apoyo emocional y seguimiento si es necesario.

https://www.incibe.es/menores/tematicas/grooming



PDF

Atención Educativa 1

tema 4

–

Life indoors

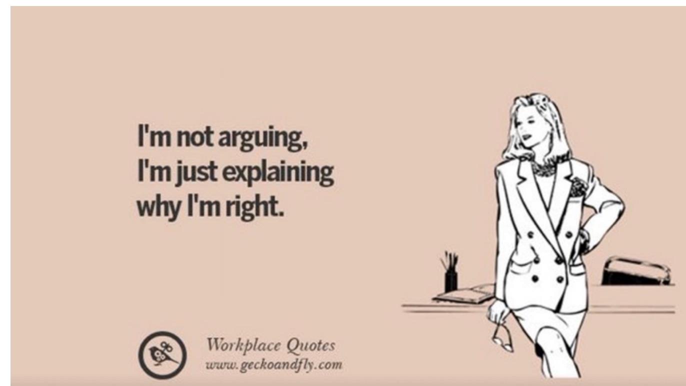
facebook.com/.theindoor.generation/



-



.



-



El profesor don Pardino
@profedonPardino

A pesar de lo que se piensa, evitar la literatura «complicada» porque no motiva a los estudiantes sería lo más cómodo para los profesores. Conseguir que venzan esa dificultad y darles herramientas para entender, valorar y, en el caso ideal, amar esa literatura es el gran reto.

17:20 · 22 may 24 · **1.266** Visualizaciones

-

¿Cuáles son algunas reglas sociales que todo el mundo debería saber?



FuenteEmpresarial · Seguir
Revista de negocios, emprendimiento e inversiones · Actualizado el 16 jul

- Vístete bien sin importar la ocasión.
- Lleva siempre dinero en efectivo.
- Siempre levántate cuando estés sentado y alguien venga a saludarte.
- Comente siempre las cosas buenas no las guarde en el corazón.
- Si el teléfono está en el altavoz informe a su interlocutor.
- No deslice el dedo hacia la izquierda o hacia la derecha si una persona le muestra una foto en su teléfono.
- Si alguien está lejos, con el teléfono o los auriculares conectados mueva la mano en lugar de llamarlo por su nombre
- Ofrezca un vaso de agua al repartidor.

-



E.F.-24.5.24
AE1.TEMA4